

МЕНЮ

на 18.01.2024

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Обед для обучающихся с 7 по 11 класс, получающих питание за счет родительских средств (шведский стол)

Сборник рецептур		Код блюда	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда								
Таб.№24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее		110	0,44	0,44	10,78	48,84
Таб.№24/96	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие		70	1,05	0,35	14,70	66,15
60/96	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной : (Огурцы соленые / Картофель п/ф / Свекла свеж / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)		80	1,30	8,03	6,70	104,27
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая / Крабовые палочки / Соус Юса для детей / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)		60	2,47	7,42	3,42	90,37
ТТК	БП-00005856	Салат Нежность с соусом Салат Нежность с соусом : (Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус майонезный / Сыр п/твердый / Лук репчатый п/ф)		70	5,19	14,32	2,91	161,32
Вторые блюда								
ТТК	15931	Котлета по-киевски с сыром Фарш куриный / Вода / Сыр п/твердый / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное		55	9,30	7,10	8,50	135,10
599/3/83г.	БП-00000396	Поджарка по-домашнему Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый		40/15	13,00	8,00	2,49	133,97
№312/96	6919	Рыба горбуша жареная с луком СМ/Р Горбуша пбг / : (Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с) / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый		50/5	15,67	8,57	3,74	154,77
ТТК	11028	Изделие мясное "Рулетик" Изделие мясное "Рулетик"		50	8,00	18,00	0,70	196,80
682/96	5550	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко 2,5% / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное		200/40	19,48	20,06	111,10	702,86
Гарниры и соусы								
68	14477	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко 3,2% / Масло сливочное 72% / Соль йодированная		150	2,75	4,26	21,17	134,05
ТТК	3830	Рис Мозайка Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная		150	4,88	7,06	40,92	246,74
Третьи блюда								
№ 628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок		200	0,10	0,03	12,00	48,63
Мучные изделия								
687/96	9571	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш яблочный: (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное		50	3,07	1,24	24,94	123,20
ТТК	БП-00000468	Булочка Гребешок со сгущенным молоком Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Молоко сгущенное вареное / Сахарная пудра / Мука в/с / Масло растительное		40	6,15	4,35	27,20	172,55
ТТК	5149	Крендель с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная		50	3,94	5,96	30,87	192,88
Хлеб								
пп	420	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с		30	2,28	0,34	14,76	71,22

Зав.производством Якунина О.А.Ответственный за питание Газизова О.Н. /
СанПиН 2.3.2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Любава" Мухина О.А.

Россия, 445000, Самарская обл., г.Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

E-mail: ooo-lubava-82@yandex.ru